

Wychowanie Fizyczne KL.IV data 22.06.2020r Jakub Wielądek

Temat: Trening koordynacji nóg.

Witam.

Dziś zapraszam Was na Ćwiczenia koordynacyjne oraz sprawnościowe o wysokiej intensywności, przygotowujące do gry w tenisa.

Pokaz i objaśnienie na poniższym filmie.

<https://ewf.h1.pl/student/?token=qagVgMp3Ey4FHU4INd7Tq3jCk9HHA0VeTmMKixlwHyCuf286Je>

Ze sportowym pozdrowieniem:

Jakub Wielądek